



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

# Tabbouleh med pannoumi och äppeltzatziki

## Tabbouleh

Bulgur 125 g  
 Grönsaksbuljong ½ påse  
 Bladpersilja 20 g  
 Bananschalottenlök 1 st  
 Gurka ½ st  
 Tomat 1 st  
 Vitlök 1 klyfta  
 🏠 Olivolja  
 🏠 Vitvinsvinäger ½ msk  
 🏠 Salt  
 🏠 Svartpeppar

## Äppeltzatziki

Rött äpple 1 st  
 Matyoghurt 1 dl  
 Vitlök ½ klyfta  
 🏠 Vitvinsvinäger ½ tsk  
 🏠 Salt  
 🏠 Svartpeppar

## Stekt pannoumi

Pannoumi 1 förp  
 🏠 Olivolja

- 1. Tabbouleh:** Koka bulgur enligt anvisning på förpackningen, men tillsätt grönsaksbuljong istället för salt.
- 2. Äppeltzatziki:** Gro riv äpple och lägg i en skål. Rör ner matyoghurt, pressad vitlök och vitvinsvinäger. Smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.
- 3. Tabbouleh:** Finhacka bladpersilja och bananschalottenlök. Tärna gurka och tomat. Lägg allt i en skål och blanda ner nykokt bulgur, lite olivolja, vitvinsvinäger och pressad vitlök. Smaka av med lite salt och nymald svartpeppar.
- 4. Stekt pannoumi:** Hetta upp lite olivolja i en stekpanna. Tärna pannoumi och stek ca 3 min, tills osten fått fin färg.
- 5. Servera** nystekt pannoumi med tabbouleh och äppeltzatziki.